



9. Nordhäuser Citylauf  
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Gatzke, Michael

□□□: 30:31

□□: 228

□□: 11.80 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□: 6.60 km

□□□□□/□□□: 14 (of 44)

2 Runden 6,6 km

□□□□□/□: 14 (of 36)

□□□□□□: 21:12

□□□□:

□□□□□: 2(of 4)

Senioren M40

□□□□□□□: 23:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	15:15	4:37	3	3:48	15	4:36	3.30	15:15	4:37	3	3:48	13	
□□	3.30	15:16	4:37	2	3:24	14	4:58	6.60	30:31	4:37	2	7:12	14	9:19